

Меню на 25.01.2024

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецептуры
	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	
Завтрак 1											
Каша жидкая молочная гречневая	180	150	7,34	6,2	7,4	6,26	24,44	20,42	194,1	163,08	5420
Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32	573
Масло сливочное (порциями)	7	6	0,04	0,04	5,78	4,95	0,06	0,05	52,37	44,89	79
Чай с молоком и сахаром	200	180	3,47	3,09	3,47	3,07	12,3	10,99	94,44	84,08	544
Итого за завтрак 1	427	366	13,89	11,61	16,97	14,52	56,48	46,22	434,6	362,37	
Завтрак 2											
Сок/нектар	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	10,1	10,1	46	46	501
Итого за завтрак 2	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	10,1	10,1	46	46	
Обед											
Кукуруза сахарная	50	30	0,13	0,06	0,22	0,1	6,35	3,05	32,6	15,65	5421
Суп с рыбными консервами (горбуша)	200	180	11,82	10,96	5,13	4,77	17,91	16,62	164,8	152,97	5412
Печень говяжья по-строгановски	80	60	18,41	13,81	12,98	9,73	6,58	4,95	216,6	162,48	5416
Картофельное пюре	130	110	3,34	2,77	5,37	4,59	22,31	18,56	150,4	126,15	5420
Кисель из апельсинов (150) (джем)		150		0,53		0,13		15,12		63,73	54
Кисель из апельсинов (200) (джем)	200		0,71		0,18		20,11		84,76		5420
Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12,02	76,86	61,49	574
Итого за обед	705	566	37,38	30,51	24,42	19,75	88,29	70,32	726	582,47	
Полдник											
Омлет с зеленым горошком	160	130	10,89	8,85	11,84	9,62	5,45	4,43	172,3	139,98	542
Кондитерское изделие(печенье) 30	30		2,25		2,94		22,32		125,1		582
Хлеб пшеничный		30		2,28		0,24		14,76		70,32	573
Напиток яблочный		180		0,08		0,08		10,75		43,89	481
Хлеб пшеничный	40		3,04		0,32		19,68		93,76		573
Кондитерское изделие(печенье) 30		30		2,25		2,94		22,32		125,1	582
Напиток яблочный	200		0,09		0,09		11,94		48,77		481
Фрукты свежие (Яблоко)	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44,4	44,4	82
Итого за полдник	530	470	16,67	13,86	15,59	13,28	69,19	62,05	484,3	423,69	
Итого за день	1762	1502	68,44	56,48	57,07	47,65	224,1	188,69	1691	1414,53	

Исполнитель: Кладовщик  (Турзова В. В.)